

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая МБДОУ №4



А.Ф. Тарасова

**МЕНЮ**

«24» Декабря 2025г (8й день).

Завтрак	Вес (масса) в граммах		Энергетическая ценность	
	С 1 г. до 3-х л.	С 3-х до 7 л.	С 1г. до 3л.	С 3 до 7 л.
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	185,66	238,71
Какао с молоком	180	180	90,78	90,78
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	98,50	111,68
<b>2-ой завтрак</b>				
Сок	200	200	84,80	84,80
<b>Обед</b>				
Винегрет овощной	40	60	50,04	75,06
Щи со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5	180/10/7	81,56	84,80
Тефтели мясные в томатном соусе/ гороховое пюре	45/15/110	60/20/130	94,39/163,9	125,85/196,94
Компот из урюка	150	180	56,83	68,20
Хлеб ржаной	35	45	69,23	89,19
<b>Уплотненный полдник</b>				
кисломолочный напиток	150	180	76	92
Пудинг творожный с повидлом	110/20	130/20	330,50	360,20
Чай с сахаром	150/5	180/6	20,08	24,10
Белки/ Жиры/ Углеводы			55,26/46,58/188,85	62,82/57,61/215,52
<b>Итого килокалорий</b>			<b>1402,27</b>	<b>1642,31</b>

Ст. мед.сестра Санкова Т.В.

Повар Куликова Т.Н.